

# 講座・教室・催し

内 = 内容 種 = 種別 対 = 対象 定 = 定員 費 = 費用・入場料 持 = 持ち物 申 = 申込み 問 = 問合せ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座・教室・催しが中止または延期となる場合があります(詳細は、各申込先・問合せ先へ)。なお、参加に当たっては、マスクの着用や手指消毒等、各会場でお願する感染症対策にご協力ください。




## 暮らし



## 健康・福祉



区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
暮らし	宅地建物取引士による無料相談(不動産取引一般)	4月2日(金)・9日(金)午後1時~3時 *原則、毎週金曜日に開催(4月30日、祝日・年末年始を除く)	すみだ区民相談室(区役所1階)	申当日直接会場へ *正午から整理券を配布 問▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京都宅地建物取引業協会墨田区支部 ☎3622-1221
	行政書士によるくらしと事業の手続き無料相談(許認可申請、コロナ関連補助金申請、ビザ申請、遺言・相続手続等)	4月6日(火)・13日(火)午後1時~4時 *原則、毎週火曜日に開催(祝日・年末年始を除く)	区役所1階区民相談コーナー	申当日直接会場へ 問▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京都行政書士会墨田支部 ☎080-3596-7830
	社会保険労務士による無料相談(各種年金・労務管理等)	4月7日(水)・21日(水)午後1時~4時半 *原則、毎月第1・第3水曜日に開催(祝日・年末年始を除く)		申当日直接会場へ 問▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京都社会保険労務士会墨田支部 ☎5638-6080
	司法書士による無料法律相談(不動産や会社の登記、相続、遺言、成年後見等)	4月8日(木)・15日(木)午後2時~4時 *原則、毎週木曜日に開催(祝日・年末年始を除く)	すみだ区民相談室(区役所1階)	申当日直接会場へ *午後1時から整理券を配布 問▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京司法書士会墨田・江東支部 ☎3635-1900
	絵手紙教室(全6回)	4月~9月の毎月第3日曜日午後1時半~3時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内季節の果物などを題材に絵手紙を描く 対中学生以上 定先着20人 費3000円 申4月2日から八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは4月14日までの午前9時~午後8時
	吾孺の里 料理教室「季節感を取り入れた家庭料理で食卓を充実させよう」(全6回)	4月22日、5月27日、6月24日、7月29日、8月26日、9月30日いずれも木曜日午前10時~午後1時		対16歳以上の方 定先着12人 費6000円(材料費込み) 持エプロン、三角巾(バンダナも可)、布巾、ハンドタオル 申4月2日から八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは4月18日までの午前9時~午後8時 
吾孺の里 楽しい菜園体験(キュウリ、ゴーヤ、ナス、トマト、ジャガイモの植付け)	4月24日(土)・25日(日)、5月1日(土)・2日(日)から1日を選択 *天候により変更の可能性あり(日程の詳細は申込先へ)		内吾孺の里の畑で夏野菜を育てる *随時手入れを行い7月~8月に収穫予定 定各苗先着10人 費各苗500円 持手袋、タオル *動きやすい服装で参加 申4月2日から八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは植付け希望日の前日までの午前9時~午後8時(4月19日は休館)	
健康・福祉	健康体力づくり教室「ゆるやかヨガ・健美操」(各教室全8回)	4月7日~6月2日の水曜日▶ゆるやかヨガ=午前9時45分~10時45分 ▶健美操=午前11時~正午 *5月5日を除く	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対18歳以上の方 定各教室先着50人 費各教室2550円 *体験は1回510円 申事前にスポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ *内容等の詳細は問い合わせるか、スポーツプラザ梅若のホームページを参照
	弁護士による権利擁護法律相談	4月15日(木)午後1時半~4時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内判断能力が十分ではない方への権利擁護法律相談、親族後見人からの相談、福祉サービスの苦情相談 定先着3人 費無料 申事前に電話で、すみだ福祉サービス権利擁護センター ☎5655-2940へ
	「すみだハート・ライン21事業」[ミニサポート事業]有償ボランティア募集説明会	4月19日(月)午後2時~3時半	すみだボランティアセンター分館(亀沢3-20-11関根ビル4階)	対地域活動に関心があり、協力会員・協力員として家事援助などの活動(有償ボランティア)に協力できる18歳以上の方 *今すぐ活動できなくても可 定先着8人 費無料 申事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室 ☎5608-8102へ *協力会員・協力員への登録方法の詳細は申込先へ
	ひきこもりの当事者とその家族を応援する「すみだみんなのカフェ(居場所)」	4月22日(木)、5月20日(木)、6月17日(木)午前10時半~正午	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内講座とグループワーク【テーマ】「ひきこもりと医療のつながり」「ひきこもりとは」「親子のコミュニケーション」等 対区内在住在勤在学で、ひきこもり状態の方やその家族 定各日先着15人 費無料 申事前に電話で保健予防課精神保健係 ☎5608-6506へ
	手話通訳者の養成講座		亀沢のぞみの家(亀沢4-18-11)	対区内在住在勤の20歳以上で、次の全ての要件を満たす方▶手話講習会上級コースを修了している、または、同等の技量を有している▶手話通訳士の資格を有していない▶墨田区以外の地域で登録通訳者として活動していない 申申込書を郵送またはファクスで各申込期限(消印有効)までに墨田区障害者団体連合会事務局(〒130-0014 亀沢4-18-11) ☎・FAX3624-3154へ *申込書は申込先で配布しているほか、区ホームページからも出力可 問▶墨田区障害者団体連合会事務局▶障害者福祉課障害者給付係 ☎5608-6163
	▶墨田区手話通訳者養成ステップアップ講座(全2回)	5月6日(木)・13日(木)午前10時~正午		内区の登録手話通訳者として活動するための意識づくり、地域の聴覚障害者との交流 定10人程度(抽選) 費無料【申込期限】4月14日
	▶墨田区手話通訳者養成講座(全35回)	5月27日~令和4年2月24日の木曜日午前10時~正午 *日程の詳細は申込先へ		定10人程度(選考) *面接および技能確認を5月20日(木)午前10時から亀沢のぞみの家で実施 費無料 *教材費は自己負担【申込期限】5月13日
身体障害者向け「癒やしのヨガ&ストレッチ教室」(全4回)	5月7日~28日の毎週金曜日午後1時半~3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対区内在住で身体に障害のある方 定10人(抽選) 費無料 申教室名・住所・氏名・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで4月7日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ *申込時に手話通訳・磁気ループの希望可	
“ずっと元気であるために”介護予防のための「元氣もりもり教室」(各部全12回)	5月11日~8月3日の火曜日▶第1部=午後1時半~2時半▶第2部=午後3時~4時 *日程の詳細は申込先へ	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内健康体操(運動強度は▶第1部=中▶第2部=やや強め)、脳トレーニングなど 対区内在住の65歳以上で、医師から運動を制限されていない方 *初参加者を優先 *ほかにも要件あり 定各部24人(抽選) 費無料 申教室名・希望の部・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を、直接または電話、ファクスで4月27日までに高齢者福祉課地域支援係(区役所4階) ☎5608-6178・FAX5608-6404へ	